Rok VI. Wychodzi w Krakowie w połowie każdego miesiąca. 1894.

Przedpłatę i ogłoszenia przyjmuje: w Krakowie Towarzystwo Opieki Zdrowia ul. Wiślna L. 5. i księgarnia S. A. Krzyżanowskiego, w Warszawie księgarnia Gebethnera i Wolffa

Nr. 7.

PRZEWODNIK HIGIJENICZNY

Organ Towarzystwa Opieki zdrowia.*)

„Zdrowie — to szczęście i potęga“.

Członkowie Towarzystwa otrzymują czasopismo bezpłatnie.

Przedpłata w Galicyi wynosi Złr 3, (dla nauczycieli szkół ludowych 1 złr.); w Królestwie Polskiem 3 r. sr. 50 kop., (w Warszawie 3 ruble,) w Niemczech mar. 5. we Francyi fr. 7.

Inseraty oblicza się po 10 złr. za jednę stronnicę, mniejsze w tym samym stosunku.

Korespondencye uprasza się nadsyłać pod adresem *Redaktora Przewodnika Higijenicznego* w Krakowie ul. Wiślna 5.

Lipiec.

Czy i o ile szkoła średnia może przyczynić się do fizycznego wykształcenia młodzieży.

Szkoła średnia — zdaniem mojem — może się przyczynić do fizycznego wykształcenia młodzieży nawet w granicach dotychczasowego ustroju swego, jeżeli obok gimnastyki udzielanej w osobnych godzinach, i obok ułatwiania lub zalecania takich dźwigni zdrowia jak ślizgawki, kąpieli i t. p. — zaprowadzi także zabawy i gry gimnastyczne w t. zw. »pauzach« t. j. przerwach nauki wszędzie tam, gdzie obok zakładu znajduje się potemu dziedziniec lub ogród czy w ogóle miejsce otwarte.

W Sanoku, gdzie jestem nauczycielem gimnastyki od lat 10, zauważyłem, że młodzież z każdego przyrządu i przyboru gimnastycznego skwapliwie podczas »pauz« ko-

*) Członkiem Towarzystwa opieki zdrowia może być każdy, kto na jego cele złoży 2 złr. rocznej wkładki.

rzysta a w braku tychże ochoczo się oddaje zabawom i grom, których się nauczy w godzinach gimnastycznych. Ta ochota do ruchu i ten popyt za przyborami do zabaw na »pauzach« podsunęła mi myśl urządzenia na dziedzińcu gimnazyalnym boiska, podzielonego na części przeznaczone do pewnych zabaw i gier lub ćwiczeń gimnastycznych; podzielenia następnie uczniów na oddziały (oddziałów na grupy, grup na zastępy), ułożenia pewnego programu zabaw na cały tydzień dla każdego oddziału i wydania wskazówek do zabaw grupowych i oddziałowych oraz regulaminu, obowiązującego wszystkich uczniów, biorących udział w zabawach podczas »pauz« a to celem zupewnienia ładu i porządku, — słowem, urządzenia w przybliżeniu zabaw i gier, uprawianych w parku dra Jordana w Krakowie, których organizacyą miałem zaszczyt lat temu dwa z ramienia Rady szkolnej krajowej studyować.

Myśli mej sprzyjały 3 okoliczności: po pierwsze — wspomniane studyum; powtóre przychylne załatwienie przez Wys. Radę szkolną krajową wniosków przedłożonych przy sposobności sprawozdania z tego studyum: albowiem Rada szk. kraj. wyjednała dla tutejszego zakładu u byłego ministra dra Gautscha zasiłek w kwocie 250 złr. na zakupno potrzebnych przyrządów i przyborów w myśl wniosków moich; po trzecie — doskonały dziedziniec na otwartem zewsząd miejscu.

Jakoż jeszcze w przeszłym roku przystąpiłem do uporządkowania dziedzińca gimnazyalnego o powierzchni 1130 metrów kwadr. zmieniając go na jedno wielkie boisko gimnastyczne, które z wiosną bieżącego roku podzieliłem na 9 mniejszych boisk. Jedno z nich największe znajduje się w środku i zajmuje powierzchni 288 metrów kwadr. Jestto boisko ćwiczeń wspólnych i pochodów ozdobnych (korowodów) a służy w czasie »pauz« w całości do zabaw

i gier większych lub całymi oddziałami albo rozpada na 3 mniejsze boiska do zabaw grupowych, tak, że wówczas jest wszystkich boisk 11 (jedenaście). Inne boiska znajdują się zewnątrz i dokoła niego. Wszystkie oznaczone są liczbami porządkowemi i służą do pewnych tylko rodzajów zabaw.

W naszym zakładzie jest gimnastyka względnie obowiązkowa i nie chodzą zatem na gimnastykę ci nie liczni zresztą uczniowie (6), którym lekarz nie pozwala lub dom sobie tego wyraźnie nie życzy. Owóż ze względu na 6 godzin gimnastyki podzieleni są uczniowie (242)* na 6 oddziałów, z których pierwsze cztery tworzą pierwsze cztery klasy — każda dla siebie jeden; — piąty i szósty oddział jest składany t. j. na piąty oddział składa się klasa piąta i połowa szóstej a na szósty oddział druga połowa szóstej, siódma i ósma klasa. Każdy z nich liczy mniej więcej 40 uczniów. Oddział dzieli się na 2 grupy po ∓ 20 uczniów, grupa na 2 zastępy po ± 10 uczniów.

Otóż na podstawie takiego podziału boisk i uczniów ułożyłem program zabaw na cały tydzień w ten sposób, że na pierwszej »pauzie« (10 minutowej) zabawia się pierwsza grupa czyli 2 zastępy jednego oddziału na jednem boisku, druga grupa czyli 2 drugie zastępy tego samego oddziału na innem boisku — a na trzeciej »pauzie« (także 10 minutowej, u nas jest nauka jednorazowa) zamieniają obie grupy boiska i zabawy. W czasie »pauzy« drugiej (20 minutowej) zabawiają się uczniowie jużto całymi oddziałami na jednem większem lub bogatszem w przybory boisku albo rozpadając na 2 grupy bawią się grupami na 2 różnych boiskach, które po upływie 10 minut zamieniają wraz z zabawami między sobą. Ponieważ zaś niektóre przyrządy lub przybory są podwójne jak np. 2 pary kółek,

*) Zapis publicz. ucz. w ogóle 284, jest obecnie 248.

4 pary żerdzi i t. d. lub pozwalają ćwiczyć się na raz więcej uczniom jak np. krążnik, przeto w przeciągu 40 minut, przeznaczonych na »pauzy«, mają uczniowie zazwyczaj więcej niż 3 zmiany zabaw, co im czyni zabawy te przyjemnemi a co najważniejsza wszechstronnie ich porusza, odświeża i wzmacnia — a nie nudzi i nie męczy. Krótkość czasu zresztą przegradzanego nauką i ilość uczniów zapobiega temu skutecznie.

Każdy zastęp ma swego dziesiętnika i zastępcę; grupa dwudziestnika i zastępcę; oddział czterdziestnika i zastępcę. Ci przodują w zabawach i utrzymują ład i porządek w zastępach, grupach i oddziałach swoich.

Tablice ze wskazówkami do zabaw grupowych i oddziałowych objaśniają kolej i reguły zabaw. Zabaw zresztą gier, igrzysk i t. p. uczy się młodzież równie jak ćwiczeń gimnastycznych w swoich godzinach gimnastyki. Każda klasa a względnie oddział ma swój program u siebie, którego się trzyma jak »podziału« godzin naukowych

Uczniowie nie zapisani na gimnastykę mają także swoję równoważnię i przyłączać się mogą w swoich klasach do zabaw ruchowych, o ile są im wskazane.

W ten sposób zorganizowane zabawy i gry weszły w tutejszym zakładzie w życie z początkiem tegorocznej tak wczesnej i pięknej wiosny cicho — tylko w porozumieniu z dyrekcyą i za jej łaskawem poparciem i cieszą się powodzeniem jak dotąd bardzo dobrem, ile że nie nakładają przymusu na uczniów a nauczycieli nie obciążają wcale, przeciwnie ulgę im nawet przynoszą, gdyż młodzież wszystka chętnie wychodzi na dziedziniec i zbyteczną w takim razie staje się »inwigilacya« na I. i II. piętrze, a pozostaje tylko na dole — na dziedzińcu! Wobec tego bowiem, że wszyscy uczniowie są zajęci w swojem miejscu pod

nadzorem swoich dziesiętników, wystarcza nam jeden »inwigilator« i to ten, na którego właśnie wypada kolej.

Dla przykładu przytaczam program zabaw na piątek, według którego zabawiali się uczniowie tutejsi dnia 10 b. m. przy sposobności posiedzenia jasielsko-sanockiego Koła Tow. naucz. szkół wyż., na którem przedłożyłem zarys w mowie będącej organizacyi.

Oddział I (kl. I.) ucz. 39, 2 grupy, 4 zastępy po 9 — 10 ucz.

I. pauza (10 m.) 1 grupa (1 i 2 zast.) szczudła i równoważnia B VII. 2 grupa (3 i 4) sznury (ciągn.) i wywijadło B II.

II. pauza (20 m.) cały oddział t. j. 1, 2, 3 i 4 zast. krążnik B IV.

III. pauza (10 m.) = I pauzie, tylko grupa 1. to co 2, a 2, to co 1.

Oddział II. (kl. II.) ucz. 45, 2 gr., 4 zast. po 11—12 ucz.

I. pauza, 1 grupa (1 i 2 zast.) pchadła i laski B VIII. 2 grupa (3 i 4 zast.) pościg (lub poręcze) B XI.

II. pauza, 1 grupa, skoki o tyczce B VI. 2 grupa, jastrząb i kury (lub igrzyska lub drążek) B V, po 10 minutach zamiana boisk i zabaw.

III. pauza = I. tylko odwrotnie.

Oddział III. (kl. III.) ucz. 39, 2 gr., 4 zast. po 9—10 ucz.

I. pauza: 1 gr. (1 i 2 zast.) dzień i noc B IX. 2 gr. (3 i 4 zast.) (jastrząb i kury lub drążek) B. V.

II. pauza: cały oddział żerdzie 1 gr. 2 pary, 2 gr. 2 pary: trojaka zmiana spinań a) na pojedynczej b) na podwójnej c) z chwytem zwykłym d) z chwytem nóg na pojed. B III.

III. pauza = I. tylko odwrotnie.

Oddział IV. (kl. IV.) ucz. 38, 2 gr., 4 zast. po 9—10 ucz.

I. pauza: 1 gr. (1 i 2 zast.) kogucik — koń B X. 2 gr. (3 i 4 zast.) trzeciak B I.

II. pauza: 1 zastęp Lawntennis B IX, X, XI; zastępy 2, 3 i 4, kółka wyższe, kółka niższe i drabiny skośne z trojaką zmianą co każde 6 minut B III.

III. pauza = I, tylko odwrotnie.

Oddział V. (kl. V. i VI.) ucz. 41, 2 gr., 4 zast. po 9—12 ucz.
2

I. pauza: I gr. (1 i 2 zast.) krążnik B IV. 2 gr. (3 i 4 zast.) żerdzie B III.

II. pauza: cały oddział pchadła—laski B VIII. sznur, wywijadło B II. z czworaką zmianą.

III. pauza: = I, tylko odwrotnie.

Oddział VI (kl. VI, VII. i VIII.) ucz. 39, 2 gr., 4 zast.
2
po 8—15 ucz.

I. pauza: 1 gr. (1 i 2 zast.) kółka wyższe — kółka niższe B III. 2 gr. (3 i 4 zast.) skoki wolne B VI.

II. pauza: cały oddział szczudła — równoważnia B VII i igrzyska dwojakie — z czworaką zmianą co 5 m. B I.

III. pauza = I, tylko odwrotnie.

Uwaga. B oznacza boisko — a liczba okok jego nazwę porządkową.

Podaję wiadomość o tutejszej organizacyi zabaw pod rozwagę Szanownych Czytelników ze względu na pokrewny temat zbliżającego się I. Zjazdu pedagogów polskich (temat 10), a sprawi mi to przyjemność, jeżeli myśl ma znajdzie poparcie i przychylne przyjęcie we wszystkich naszych zakładach szkolnych.

W Sanoku dnia 18 Czerwca 1894. *R. Vetulani.*

Konferencya sanitarna w Paryżu.

(Dr. R.) Międzynarodowa konferencya sanitarna, która odbyła się w bieżącym roku w Paryżu, jest trzecią z rzędu

(Wenecya, Drezno.) zastanawiająca się nad ustrzeganiem krajów od chorób zakaźnych i nad sposobami ochrony przed cholerą, najmniej dotkliwymi dla ruchu handlowego. Nie wygasająca w Indyach wschodnich, prawie od 70 lat nawiedza cholera Europę, wędrując raz lądem przez Persyę, Turcyę i Rosyę, to znów za pośrednictwem drogi morskiej. Zakorzenione zwyczaje i fanatyzm przedewszystkiem mahometanów, silniejszym bywał od tamy, jaką chciano odgrodzić zarazę, w dodatku sposoby ówczesne były niewystarczające a niejednokrotnie wyrządziły szkodę. Dlatego z międzynarodowych konferencyi sanitarnych, niebyło praktycznych wyników.

Uwagę musiano głównie zwrócić na Turcyę. W roku 1838 sułtan Mahmuh I zwołał do Konstantynopola radę korony, celem powzięcia systemu ochronnego przed cholerą, wynikiem było utworzenie rady sanitarnej w Konstantynopolu, nad którą w roku 1840 „Intendance sanitaire“ objęła zwierzchnictwo. I ta instytucya nie wystarczała. Niebezpieczeństwo groziło przeważnie od wędrówek pielgrzymów, więc celem nadzoru ustanowiono radę sanitarną w Aleksandryi.

W Turcyi zatem i w Egipcie przynajmniej czyniono próby ochrony, natomiast zaniedbano trzeci szlak a mianowicie prowadzący przez Persyę. Wprawdzie istnieje w Teheranie rada zdrowia, jednak jestto tylko czcza nazwa, a rada ta dla stosunków zdrowotnych nic nie zdziałała, gdy tymczasem zwyczaje i fanatyzm ludności sporo ułatwiają przystęp zarazie. Ochrona zatem, chcąc być skuteczną, musiałaby się usadowić przy wszystkich wnijściach, i czuwać tak nad drogą lądową, jak i morską. Podwalinę położyła konferencya sanitarna, zwołana w roku 1892 do Wenecyi z inicyatywy austro-węgierskiej; epidemia cholery w roku 1892 spowodowała konferencyę w Dreźnie, obecnie zaś zwrócono główną uwagę na Turcyę i Persyę. Prace rozdzielono

pomiędzy poszczególne komisye, zastanawiające się nad sposobami ochrony w zatoce perskiej, na morzu czerwonem, w Persyi i nad środkami finansowymi. W dniu 3 kwietnia b. r. przedstawiciele mocarstw podpisali konwencyę składającą się z czterech części. Pierwsza obejmuje przepisy sanitarno policyjne dla portów skąd odjeżdżają pielgrzymi z krajów na oceanie indyjskim. Każdego pielgrzyma poddaje się oględzinom lekarskim a podejrzane rzeczy dezynfekcyi; osobom chorym na cholerę lub o nią podejrzanym wzbrania się wyjazdu. W dalszym ciągu znajdują się przepisy dla okrętów z pielgrzymami. Druga część zawiera regulamin dla morza czerwonego. Okręty z pielgrzymami przybywające z południa, muszą zatrzymać się w Kamaranie, gdzie zależnie od wyniku badania, poddają się rozmaitym zarządzeniom. Ta część konwencyi zawiera ulepszenia w lazaretach, dotychczas pierwotnie urządzanych, nowe urządzenia w stacyi kwarantany, rozporządzenia dotyczące pielgrzymów z północy przybywających, i przepisy odnośne do ich powrotu. Trzecia część odnosi się do zatoki perskiej, do urządzeń posterunków sanitarnych i dozoru nad okrętami wiozącymi pielgrzymów. Czwarta część postanawia, iż wykonanie uchwał ma być poruczone komitetowi, który składać się ma z członków międzynarodowej rady sanitarnej w Konstantynopolu i z delegatów tych mocarstw, które przystąpiły do konwencyi.

Prócz tych czterech części konwencya zawiera jeszcze życzenia mocarstw, dotyczące pielgrzymek lądowych, ochrony sanitarnej południowych granic Persyi i współudziału tych państw, które dotychczas nie przystąpiły jeszcze do konwencyi.

Sekcya hygieniczna XI kongresu lekarskiego w Rzymie.

Pierwszym tematem ożywionych rozpraw w sekcyi, była epidemia cholery i rozważanie skuteczności zalecanych sposobów zapobiegawczych. Ogólnie orzeczono, że jedynie postanowienia konferencyi sanitarnej w Dreźnie, odpowiadają zapatrywaniom hygieny i umiejętności lekarskiej, gdy przeciwnie kwarantany lądowe i utrudnienie komunikacyi nie prowadzą do celu a nawet szkodę przynieść mogą. Szczegółowo zastanawiano się nad przebiegiem epidemię we Włoszech z r. 1893 gdzie zastósowaniem należytych ostrożności jak odosobnienia podejrzanych osób i energicznej dezynfekcyi, udało się powstrzymać wybuch epidemię w północnej części kraju. Pagliani sądzi, że epidemię cholery która wybuchła w Livorno a zabrała 173 ofiar, odnieść należy do publicznych zbiorników wody nader zanieczyszczonych; przyczynę późniejszego wybuchu upatrują w związku pękniętej rury miejskiego wodociągu z dołem kloacznym. Z chwilą usunięcia tego niedostatku, epidemia rychło wygasła.

Cholera w Neapolu, miała być następstwem zakażenia trwającego miesiącami na pokładzie włoskiego pancernika, a nieuwzględnionego przez władze sanitarne. Ogólnie jednak można było zauważyć że w ostatnich latach epidemie cholery straciły na gwałtowności wystąpienia i na sile rozszerzania się.

Jako przyczynek do wiadomości o dezynfekcyi podali Sclavo i Manelli, spostrzeżenie odnoszące się do utraty mocy roczczynów sublimatu. Znaczna część sublimatu z roczczynu łączy się z włóknami tkanek przy dłuższem stykaniu i to najrychlej i najobficiej z włóknami pochodzenia zwierzęcego (wełna, jedwab.) powolniej z roślinnemi ale i z niemi nawet w ten sposób, że w roczczynie pierwotnym 2:1000 po 2 godzinnem stykaniu się z płótnem, znaleziono zaledwie

0·5 : 1000. Zjawisko to chemicznego łączenia się soli rtęciowej z włóknami tkanek, znacznie da się zmniejszyć dodatkiem kwasu solnego.

Pfuhl z Berlina zastanawiał się nad wymaganiami od parowych przyrządów dezynfekcyjnych; Sormani omawiał szereg niedawno poleconych nieszkodliwych środków chemicznych do dezynfekcyi które jednak nie wytrzymały krytyki, poddane próbom porównawczym z dotychczas stósowanymi.

Haupt, poddał krytycznemu poglądowi, obecny w Niemczech kierunek zapobiegania gruźlicy płuc i doszedł do przekonania że wielokrotnie ponawiane domagania się przymusowej dezynfekcyi a nawet pielęgnowania osób gruźliczych w odosobnieniu, na co nawet zgodziła się bawarska izba lekarska, nie mają dostatecznie przekonywającej podstawy. Już w ubiegłych stuleciach próbowano tego sposobu jednak bez skutku. W Soden, miejscowości nader uczęszczanej przez takich chorych, nie spostrzeżono wśród mieszkańców wzmożenia się gruźlicy, a w publicznych zakładach, więzieniach i t. p. nie zauważono aby się zmniejszyła. Prelegent radby skierować zapobieganie gruźlicy w inny kierunek a mianowicie dążyć do zwalczenia ogólnych szkodliwości dla zdrowia, wytyczyć kierunek hygieniczny, wzmocnić każdego z osobna i tem samem wytworzyć odporność.

Blasius zdawał sprawę z masowego zaopatrzenia uboższej ludności w Brunszwiku w mleko sterylizowane, zapomocą przyrządu Flaka (centryfuga i następowe 5 godzinne ogrzanie).

Dr. Jaeger z Stuttgartu wspominając o pielęgnowaniu domowem chorych zakaźnych, wyliczył drogi jakimi z takiego domu rozszerza się zaraza. Odosobnienie chorego wraz z osobami pielęgnującymi częstokroć bywa tylko złudzeniem, z powodu trudności w ścisłem przeprowadzeniu. Przypuściwszy nawet że pielęgnujący zamyka się z chorym na

cały czas trwania choroby, że wszelkie naczynia, talerze, szklanki, łyżki i t. p. oczyszcza się w pokoju chorego, to jednak nie poddaje się ich dezynfekcyi t. j. sterylizacyi zapomocą pary, a wszak nie można ich oczyszczać ani sublimatem ani kwasem karbolowym. Zetknięcie z kuchnią, która służy i dla zdrowych domowników, trwa ustawicznie. Dezynfekcyi mieszkań nie przedsiębierze się podczas choroby, ale dopiero po wyzdrowieniu czy po śmierci. Jest jednak wyjście. Należy ustawić w pokoju chorego, mały sterylizator parowy, służący do wyjałowienia wszelkiego materyału podejrzanego o zakaźność, powtóre należy chorego odzielić od styczności z kuchnią, urządzając w jego pokoju lub w sąsiednim mały przyrząd do gotowania. Dr. Jaeger zwraca uwagę na chustki do nosa, i przypisuje im doniosłe znaczenie w rozszerzaniu materyałów zakaźnych; poleca zatem bezwzględne zarzucenie ich, a posługiwanie się natomiast wyrobem z papieru i tkaniny który odrzuca się po jednorazowem użyciu. *R.*

Szpitale dla dzieci.

(Dr. R.) Skoro w Wiedniu powstać miał nowy szpital dla dzieci niezakaźnie chorych, poruczyła najw. Rada zdrowia orzeczenie w tej sprawie prof. dr. Widerhoferowi. Referent przyznał słuszność utyskiwaniom publiczności, że w szpitalach dla dzieci prawie zawsze bywa przepełnienie a jak to nawet dawniej przydarzało się w Wiedniu, dziecko musiało odbyć wędrówkę po zakładach, zanim w jednym znalazło się próżne łóżko. Śledząc za przyczyną tego przepełnienia upatruje ją przedewszystkiem w przypadkach chorób przewłocznych, zalegających szpital, które prócz tego, że wymagają długiego czasu leczenia, nie zawsze doprowadzą do

wyleczenia w szpitalu a nieraz wystawia się dziecko na niebezpieczeństwo zarażenia się chorobą zakaźną. Najdotkliwiej daje się to uczuć wobec dzieci dotkniętych chorobami zakaźnemi; większe szpitale wiedeńskie rozporządzają jednym oddziałem dla płonicy, odry, błonicy, mniejsze wcale nie posiadają osobnego oddziału dla chorób zakaźnych. Oddziały te nie wystarczają wśród korzystnych warunków tem mniej podczas epidemii. Należałoby przedewszystkiem zakładać oddziały dla dzieci zakaźnie chorych, przez co nie wątpliwie odda się wielokrotną przysługę; zatajanie przypadków choroby zakaźnej, przyczynia się do rozniesienia takowej przez rodzeństwo drogą szkoły, z drugiej znów strony, rodzeństwo, leczonego w domu, wykluczone jest na długi przeciąg czasu ze szkoły.

Równie prawdziwe są wiadomości o zmieraniu dzieci w drodze do szpitala. Dotyczy to osesków, wobec których szpital nie ma zobowiązania przyjęcia skoro nie są dotknięte chorobą zakaźną. Litość jednak nie pozwala na ścisłe przestrzeganie zasady i rok rocznie sprawozdania szpitalne wykazują sporą liczbę osesków. Matki z warstw robotniczych, pielęgnują chore dzieci najpierw w domu, dopiero później szukają porady w ambulatoryach; gdy jednak i tego zaniedbały a dziecko blizkie już jest zgonu, wówczas dopiero biegną do szpitali, z obawy przed władzą policyjną i z namowy sąsiadek. Wśród takich wędrówek często osesek umiera.

Całkiem nieobliczalna wrażliwość dzieci na choroby zakaźne, bywa największą klęską szpitala. I to jest główny punkt, który powinien być uwzględniony w najdrobniejszych szczegółach przy budowie szpitala dla dzieci.

Niewystarczającą dziś opiekę nad choremi dziećmi możnaby uzupełnić zakładami do pielęgnowania osesków, gdyż wiadomo że choroby i brak należytego pielęgnowania w tym wieku, dostarcza podstawy do najliczniejszych i najrozma-

itszych postaci chorobowych w przyszłości. Pamiętać należy że jedynym celem przyjęcia dziecka do szpitala, jest wyleczenie lub wywołanie poprawy w przewłocznem cierpieniu. Dlatego nie należy przyjmować przypadków nieuleczalnych, lub takich na które pobyt w szpitalu jedynie ujemnie wpłynąć może. Pierwsze należą do schronisk dla nieuleczalnych, drugie do zakładów pielęgnacyjnych. Nie szpital, ale pobyt nad morzem, w zdrojowiskach solankowo-jodowych itp. jest tu wskazany. Potrzebne jest następnie pomnożenie szpitali z pawilonami do odosobnienia, i rozmieszczonych w pobliżu poszczególnych obwodów.

Oceny i sprawozdania.

przez Dr Radeckiego.

M. Ciemniewski. O mieszkaniach ubogiej ludności w Warszawie na podstawie rezultatu spisu mieszkań z r. 1891. (Zdrowie Nr. 101, 102, 103).

Znakomitą podwaliną statystyki bywają spisy ludności, w Warszawie spis ludności z roku 1882 i spis mieszkań z r. 1891 oświetliły przedewszystkiem te wilgotne, bezsłoneczne nory pożerające zwolna ubogą ludność. W r. 1882 było mieszkań o jednej izbie 36.464, mieszkań w suterenach wogóle 4.422, w facyatach 8.857, razem mieszkań ubogiej ludności 40.278. Mieszkań bez pieców liczono 618, z tych 73 w suterenach i 58 na poddaszach.

W 9 lat później mieszkań o 1 izbie było 38.972, suterenowych 5.740, na poddaszach 5.221, czyli razem mieszkań ubogiej ludności 41.912 z ludnością 181.933. Z ogólnej liczby mieszczących się w jednopokojowych lokalach, 35·1% stanowią dzieci do lat 15. Piece szczelnie zamykane spotkano zaledwie w 29% ogólnej liczby jednoizbowych mie-

szkań, większość a mianowicie 65·9% posiadała komin kuchenny, 1.256 czyli 3·2% posiadały tylko piec żelazny, wreszcie 523 czyli 1·3% wcale nie miały pieców. Większość jednoizbowych mieszkań, bo 73·6% posiada jedno okno, bez okien liczono 307 mieszkań. Średnia wysokość lokalu wynosiła 2·5 *m*. w 174 wysokość nie przewyższała 1·5 *m*,; takiesame niekorzystne stósunki znaleziono obliczając powierzchnię podłogi, objętość mieszkań i ilość powietrza przypadającą na mieszkańca.

Mieszkań z wyraźnymi śladami wilgoci liczono w Warszawie 24.810, przeważnie w dzielnicach nisko położonych. Najgorsze okazały się mieszkania suterenowe, przepełnione mieszkańcami, wilgotne, brudne, często bez podłogi, stykające się z piwnicą, mieszczące warsztaty, pozbawione dostępu powietrza świeżego a w dodatku drogie.

Porównanie stanu sanitarnego mieszkań z śmiertelnością, wyjęte jest z pracy Dr. Polaka, znajdującej się dotąd w rękopisie.

Gruntowna praca p. Ciemniewskiego jaskrawo oświetla nędzę najuboższych pracowników, a prowadzi do szeregu tak poważnych wniosków, że już nie miłość bliźniego ale najbliższa miłość własnego bezpieczeństwa powinna jąć się reformy. W jaki sposób najłacniej złemu zaradzić, pisano już we wszystkich językach, a niektóre kraje wystawiły już naoczne przykłady mieszkań dla ubogiej ludności.

Dr. E. Wollny. Badania nad przepuszczalnością gruntu dla powietrza.

Gdy dotychczasowe badania nie doprowadziły do zgodnych wyników i jasnych wniosków, przedsięwziął Dr. Wollny szereg doświadczeń w zakresie przepuszczalności gruntu. Pomijając sposoby jakiemi posługiwano się podczas badań, przytaczamy wyniki. Przepuszczalność gruntu zmniejsza się z podwyższeniem ciepłoty, natomiast żadnego wpływu nie

wywiera stopień wilgotności przepływającego powietrza. Działanie ciśnienia i rozmaitej wysokości warstw, ujawniało się w ten sposób, że ilości zostawały w stosunku proporcyonalnym do ciśnienia, i odwrotnie proporcyonalnie do wysokości warstwy, dopóki szybkość prądu powietrza w gruncie nie przekraczała 5 cm. n. s. Wilgoć ma tu pierwszorzędne znaczenie. Przepuszczalność ustaje, skoro wszystkie pory wypełnione są wodą. Grunt drobnoziarnisty, który może zatrzymać najwięcej wody, okazuje równie najwybitniej wpływ wilgotności.

Światło żarowe Auera.

Renk w Halli badając światło żarowe Auera, doszedł do następujących wniosków. Zepsucie powietrza wobec tego światła jest znacznie mniejsze, niż to bywa przy innych gazowych płomieniach. Wytworzony kwas węglowy, wynosi tylko połowę dawnej ilości, ciepła wytwarza się mniej niż połowa a produkty niezupełnego spalenia dochodzą do otaczającego powietrza w znikającej ilości. Pomiary wykonane fotometrem świadczą na korzyść światła Auera, tak co do siły światła, jak i równomiernego rozdzielenia.

Wprowadzone już do publicznych zakładów i pracowni, nie znalazło jednak światło Auera przystępu do szkół. Urząd budownictwa w Wiedniu zaznaczył w sprawozdaniu do Rady miejskiej zmienność nasilenia tego światła, czemu zapobiedz nie można nawet częstą wymianą palników, silne zadrażnienie siatkówki i pękanie szkieł.

Rigaux. O mleku zgęszczonem. (Laits condensés, conservés et stérilisés).

Mleko kondenzowane jest prawie niezbędne w okolicach nie mających chowu bydła, albo z utrudnioną komunikacyą. Wygodna postać mleka zgęszczonego, proszku mlecznego, daje rękojmię rozpowszechnienia się w niedalekiej przyszłości. dziś posługują się niem chętnie koloniści i podróżujący

okrętami. Rozmaite są sposoby przygotowania takiego mleka. Ch. Gravier w okolicy Vichy, wyparowuje zupełnie wodę z mleka, poczem otrzymuje biały proszek łatwy do transportu. Nourry konserwuje mleko w próżni. Do konserw mlecznych należy przedewszystkiem używać mleka wolnego od zarodków chorobowych, uprzednio ogrzanego. Do proszku mlecznego dodaje się pięćkrotnie wody.

DZIAŁ STATYSTYCZNY.

Z Krakowa. Miesiąc kwiecień mniej był pomyślny tak co do ogólnej śmiertelności jak i chorobliwości. Ospa bardziej się rozszerzyła, podobnież krztusiec i płonica, mniej zapadało osób na dur brzuszny.

Razem umarło osób 263 czyli 40.3 według obliczenia na rok i 1000 mieszkańców (39, 4, z. m.) Chrześcian umarło 46, 8, izraelitów 2,29. Bez obcych umarło razem 24,5.

Doniesiono: o 8 przypadkach ospy (1 obcy), 6 odry, (1 obce), 20 płonicy (7 obcych), 28 błonicy (18 obcych), 19 krztuśca (9 obcych), 6 duru brzusznego (1 obcy), 1 duru osutkowego (1 obcy) 3 czerwonki (1 obca), 2 gorączki połogowej, 8 róży (4 obcych), 28 zapalenia opon mózgo-rdzeniowych (7 obcych).

Z chorób zakaźnych umarło 23.1% wszystkich zmarłych (20, 2 z. m.) Z ospy umarło 1 (1 z. m.) z odry 2 (0 z. m.) z płonicy 7 (4 z. m.) z błonicy 17 (12 z. m.) z krztuśca 4 (3 z. m.) z duru brzusznego 4 (7 z. m.), z duru osutkowego 0 (1 z. m.) z gorączki połogowej 2 (4 z. m.) z zapalenia nagminnego opon mózgo-rdzeniowych 21 (15 z. m,) z róży 3 (4 z. m.) z zapalenia płuc 50 (56 z. m.) z gruźlicy 55 (52 z. m.) z nieżytu jelit 23 (8 z. m.)

Śmiercią gwałtowną umarła służąca wskutek spadnięcia na bruk przy czyszczeniu okien.

W miesiącu maju umarło wprawdzie znacznie mniej aniżeli w kwietniu zwłaszcza pomiędzy stałą ludnością Krakowa ale choroby zakaźne pojawiały się prawie z niezmiennem nasileniem oprócz błonicy, z którą rzadziej dowożono chorych do tutejszych szpitalów.

Razem umarło osób 215 (263 z. m.) t. j. według obliczenia na rok i 1000 mieszkańców 32.9 (40,3.) Bez obcych umarło 20.8. Chrześcian umarło 37,6 starozakonnych 20.7.

Doniesiono: o 1 przypadku ospianki, 7 odry (4 obcych), 27 płonicy (13 obcych.) 19 błonicy (13 obcych.) 14 krztuśca (8 obcych), 8 duru brzusznego (1 obcy.) 1 duru osutkowego, 5 czerwonki (3 obcych.) 1 gorączki połogowej (1 obca.) 4 róży (2 obcych.) 30 zapalenia nagminnego opon mózgo-rdzeniowych (6 obcych.)

Z chorób zakaźnych umarło 23,2% wszystkich zmarłych (23.1% z. m.) Z ospy umarło 1 (1 z. m.) z odry 2 (2 z. m.) z płonicy 9 (7 z. m.) 7 z błonicy (17 z. m.) 6 z krztuśca (4 z. m.) 2 z duru brzusznego (4 z. m.) 2 z gorączki połogowej (2 z. m,) 1 z czerwonki, 16 z zapalenia opon mózgo-rdzeniowych nagminnego (21 z. m.) 3 z róży (3 z. m.) Z gruźlicy umarło 45 osób (55 z. m.) z zapalenia płuc 38 (50 z. m.) 15 z zapalenia jelit (23 z. m.

Śmiercią gwałtowną umarło 5 osób. Z tych zastrzeliło się 2 żołnieży. 1 spadł z ganku, oparzyła się służąca i wyrobnik przejechany na kolei. **Dr. B.**

ROZMAITOŚCI.

Muszle stawowe i rzeczne jako pokarm ludowy. Sprawa podniesienia dobrobytu naszego ludu i zastosowania środków zaradczych nie schodzi dzisiaj z porządku dziennego, a mimo to niestety pewnikiem staje się fakt, że lud nasz coraz gorzej się żywi, cierpi niedostatek pożywienia i popada w chroniczną nędzę. Fakt ten stwierdzono nietylko w kraju naszym, lecz i we wszystkich europejskich krajach, a podnoszą go ze swego oczywiście stanowiska dzienniki wojskowe, stwierdzając na podstawie wykazów statystycznych, że liczba popisowych do służby wojskowej niezdatnych zwiększa się corocznie we wszystkich państwach, i że jedną z ważniejszych przyczyn tego zjawiska jest niedostateczne żywienie i coraz gorsze odżywianie się ludu. Lud nasz szczególnie zaś wieśniacy w niektórych okolicach kraju wcale nie używają mięsa z powodu wysokiej jego ceny, co pod każdym względem szkodliwie oddziaływać musi. Nie-

dostateczne żywienie sprowadza osłabienie organizmu i zwyrodnienie osobnika, który przez to staje się na zawsze niezdolnym do wytworzenia zdrowego i dzielnego potomstwa. Sprawdzono to nietylko na ludziach lecz i na zwierzętach, a w ostatnim czasie na karpiach przy sztucznej ich hodowli. Karp żywiony niedostatecznie w pierwszych miesiącach życia nędznieje i nie rośnie, i gdyby później był jak najlepiej żywionym, nigdy wzrostem, wagą i postawą nie sprosta rówieśnikom swoim, od urodzenia dobrze żywionym.

Wobec tego narzuca się pytanie, jaki jest sposób zaradzenia niedostatkowi, i jak pomnożyć środki pożywienia ludowego, aby lud uchronić od zwyrodnienia i skarłowacenia?

Odpowiedź wypaść musi pomyślnie! Kraj nasz ma jeszcze nadzwyczaj wiele źródeł dochodu i zasobów dotąd niewyczerpanych, zdolnych do podniesienia dobrobytu jednostek i całego narodu. Na całej przestrzeni kraju znajduje się w ogromnej ilości środek pożywienia zdolny wyżywić krocie ludzi bez żadnego zachodu i nakładu, a jest nim mało znane i nienależycie ocenione niepozorne zwierzątko: *muszla stawowa*, *względnie muszla rzeczna*. *Muszla* (małża) *stawowa* zwana szczeżują (anodonta) i *rzeczna* zwana skojką (unio) są gatunkiem należącym do rodziny muszli rzecznych i żyją u nas wszędzie w stawach, jeziorach i rzekach, a w większych wodach, jak n. p. w stawie Brzeżańskim, liczyć można szczeżuje na miliony, gdzie dorasta 14 cm. długości a 21 cm. objętości i waży nieraz kilogram. Skorupy mają podłużne o powierzchni gładkiej, barwy szarawo-zielonej; rozmnażają się niesłychanie, gdyż jedno zwierzątko może wydać do 40,000 młodych. Oba gatunki żywią się żyjątkami wodnemi niższego rzędu; celem oddychania, żerowania i poruszania się otwierają skorupy, wysuwają z nich stopę toporowatą barwy żółtawej i pełzają tym sposobem po namule. Woda przepływająca ciągle od przodu ku tyłowi przez skorupę zawiera małe żyjątka i te służą na pożywienie małżom. Mimo silnej skorupy czucie mają znane, dotknięte bowiem choćby lekko we wodzie zaraz się zamykają i przewracają. Muszla składa się z istoty mięsnej, występującej najobficiej w nodze i dlatego pożywność jej równa się pożywności mięsa, a używanie jej za pokarm nie jest obcem ludowi naszemu, jak to wykazują następujące dane:

Znany badacz fauny mięczaków galicyjskich ś. p. Józef Bąkowski pisze w jednej z swych prac pod tytułem: Mięczaki galicyjskie. Lwów, 1885, Kosmos: „Na Podolu żywi się lud ubogi w czasie

przednowku powszechnie temi zwierzątkami t. j. skojkami i szczeżujami, które nazywa skalkami zaś puste skorupy czerepachami, co zauważyłem także w innych jeszcze okolicach n. p. koło Szkła i Jaworowa.“

Prof. Dr. Antoni Wierzejski widział w czasie głodu na wiosnę 1866 r. nad Zbruczem stosy pustych skorup tych zwierząt (małży) a nadto co kilkaset kroków wyławiających małże i wydobywających ze skorup zwierzęta do garnków. Zapytani, w jaki sposób przyrządzają z tych zwierząt pokarm, odpowiadali, że gotują z nich juszkę (zupę), którą zasypują krupami lub zaprawiają mąką. Oprócz na pokarm używa lud tamtejszy tak rzecznej jak i stawowej muszli na lek przeciw puchlinie;

Prof. Jan Warchoł, który obserwował życie muszli w stawie Brzeżańskim podaje, iż tamtejsi ubożsi mieszkańcy zbierają muszle zwane tam czerepachami, otwierają skorupy tępym nożem, wyjmują zwierzątka i karmią niemi kaczki i nierogaciznę. Na wiosnę zaś a czasem w marcu i kwietniu zbierają także muszle, a oczyściwszy je gotują i jedzą;

P. Zygmunt Fischer podaje, że prawie we wszystkich wsiach nad Seretem ludzie wiejscy jedzą małże zwane tam „szkarałupy“, szczególnie na wiosnę, gdyż wtenczas są najsmaczniejsze, zwłaszcza pochodzące z miejsc piasczystych i żwirowatych. Złowione małże otwierają kozikiem, wycinają z nich „co czarne“ t. j. wnętrzności i wątrobę, resztę zaś, przeważnie nogę, gotują z zakryszką, a więc pietruszką i wiele cebuli, majętniejsi zaś dodają pieprzu. Powstaje z tego gęsta zupa w smaku nieco do żółwiej podobna, niepozorna z wejrzenia jednak smaczna. Zupę tę zowią „juszką“. W kołomyjskiem nie jedzą małż, twierdząc, „że to są młode żaby;“

P. Sołtysik wreszcie sprawdził, że w Olszanicy pod Jaworowem wieśniacy małże wyjęte ze skorup gotują w wodzie bez soli, a po kilkokrotnem zawrzeniu wody, wyjmują i smażą w maśle lub w oleju lnianym.

Prócz tego słyszałem z ust osób wiarogodnych z różnych stron kraju, a szczególnie wschodniej jego części, że ludność wiejska bardzo często używa muszli na pokarm zwłaszcza w czasach niedostatku i głodu.

Przytoczone dane pouczają, że użycie muszli na pokarm pomiędzy ludem naszym szczególnie w czasach niedostatku dosyć jest rozpowszechnionem, i że przesąd i polegająca na nim odraza

do tego środka pożywienia już są przełamane, a dlatego sądzę, że potrzeba tylko szczerej zachęty słowem i czynem, aby użycie muszli na zwyczajny pokarm stało się powszechnem w całym kraju. Że to jest możliwem, poucza historya i przykłady innych krajów. Ile czasu potrzeba było, zanim ludzie przezwyciężyli odrazę i poczęli używać na pokarm ryb, raków, ostryg i innych mięczaków — dziś jednak używanie tych przedmiotów jest tak dalece rozpowszechnionem, że mieszkańcy nadmorscy żywią się niekiedy wyłącznie mięczakami i spożywają je nadzwyczaj chętnie. Przy zakładaniu nowego portu w Tryeście widziałem sam, jak majtkowie z chciwością spożywali wszelkie muszle uczepione na głazach z morza wydobywanych — wszelkie mięczaki nazywają tam plonami morza „frutti di mare“ i ze smakiem zjadają. Omółek jadalny (mytilus edulis), którego hodowlę zaprowadził rząd francuski na wybrzeżach Francyi w czasach niedostatku i głodu stał się dzisiaj w całej Francyi środkiem pożywienia, a poniekąd przysmakiem. Mieszkańcy gór Altajskich do początku tego wieku brzydzili się ziemniakami i uważali je za djable jajka, dziś zaś z gustem je pożywają. Dlatego z wszelką pewnością można mieć nadzieję, że muszle stawowe i rzeczne stać się mogą i staną się u nas zwyczajnym pokarmem, a ludowi przybędzie przez to mięsny środek pożywienia nic nie kosztujący, a dający się wszędzie dowolnie rozmnożyć, w każdym razie więcej pożywny, niżeli kapusta i ziemniaki, któremi lud się nieraz wyłącznie żywi.

Powodowany chęcią przysłużenia się dobru ogólnemu, zanoszę przeto prośbę do Szanownych Członków krajowego Towarzystwa rybackiego, do Delegatów tegoż Towarzystwa i do wszystkich obywateli, których obchodzi pomyślność ludu, aby zachęcali lud i włościan do używania muszli stawowych i rzecznych na pokarm i wpajali w nich przekonanie o nieszkodliwości, tudzież wielkiej pożywności tych zwierzątek. Rozwinięcie usilnych starań w tym kierunku odniesie pożądany skutek, co przyczyni się do podniesienia pomyślności ludu naszego.

Sposoby przyrządzania podałem powyżej, najlepszym zaś jest sposób następujący: Wyłuszczone ze skorup zwierzątka wrzucać, nie wykrawając żadnych części, do garnka, i dobrze ugotować z dodaniem soli, jarzyn (pietruszki, cebuli, selerów), pieprzu lub kminku i kaszy lub krupek jęczmiennych. Zupa w ten sposób przyrządzona będzie smaczną i lekko strawną.

Okólnik kraj. Tow. rybackiego. *Dr. Ferdynand Wilkosz.*

Wegeteryanizm czyli jarstwo był przedmiotem popularnego odczytu dr. *Drzewieckiego* w Warszawie.

Objaśniwszy, iż jarstwo, jako metoda naturalnego żywienia się, zyskuje coraz szersze prawo obywatelstwa na Zachodzie, gdzie wegeteryalnie łączą się w towarzystwa, wydają czasopisma, posiadają swoje jadłodajnie itd., prelegent zaznaczył, że u nas wielu jeszcze błędnie rozumie zasadę jarstwa i źle tłumaczy nawet rodowód samej nazwy. Stąd to uważa za stósowne sprostować w tym kierunku pojęcia. Wegeteryanizm wyprowadzać należy nie od źródłosłowu łacińskiego, *vegetabilia* (rośliny), lecz od *vegetare*, wzrastać, mężnieć i *vegetus*, mężny, jary, zkąd znów otrzymujemy: jarstwo. Wegetaryanizm nie zaleca żywienia się „trawkami“ i „zieleniną“, lecz owocami, produktami roślinnymi, a nawet zwierzęcymi, o ile otrzymanie ich nie pociąga za sobą śmierci zwierząt (mleko, masło, jaja itd.).

Dalszy ciąg odczytu zawierał dowody na korzyść metody dyetetycznej, zalecanej przez jaroszów. Zacytowawszy słowa Biblji, gdzie powiedziano, iż „płodami ziemi żywić się będziesz“, dr. Drzewiecki przeszedł następnie do dowodów pozytywnych, a mianowicie anatomicznych, fizyologicznych, chemicznych i innych. Zdaniem wegetaryanów, budowa zębów oraz przewodu pokarmowego u człowieka zdaję się świadczyć, iż ludzie powinni wyłącznie jadać pokarmy roślinne. Obecność kłów u człowieka, jak u zwierząt mięsożernych, nie obala, według prelegenta tego założenia, gdyż i niektóre zwierzęta roślinożerne są podobnie w kły zaopatrzone. Co do przewodu pokarmowego, to ten przypomina najbardziej budowę przewodu pokarmowego u małp wyższych (goryla, orangutanga, szympansa), które należą do zwierząt roślino a właściwie owocożernych. Wprawdzie małpy z łatwością przyuczają się do jadania mięsa, ale wychodzi im to zwykle nader ujemnie na zdrowie. Wogóle pożywienie mięsne staje się częstem źródłem chorób u ludzi, a pochodzi to z przyczyn wielorakich: po pierwsze śród bydła, na rzeź przeznaczonego, tylko pewien procent indywiduów jest bezwzględnie zdrowy, reszta zaś w mniejszej lub większej ilości przynosi gotowe zarazki; powtóre mięso łatwo ulega zepsuciu i niestrawione jego cząstki w przewodzie pokarmowym wytwarzają szereg mogących zarazić krew ptomainów. Następnie wspomniawszy o związku pomiędzy spożywaniem mięsa, zwłaszcza wieprzowego, a skrofułami (*scrofa*=maciora) oraz o zakazie Mojżesza żydom spożywania mięsa z tego „nieczystego“ zwierzęcia, przeszedł prelegent do dowodów natury moralnej.

Fakt, że człowiek jada mięso, wegetaryanie przypisują nałogowi. Natura człowieka nie ma w sobie nic z natury zwierząt drapieżnych i nie skłania go do zabijania istot żyjących. Owszem, wszelkie morderstwo przejmuje go wstrętem. Przeciwnie, niema ludzi, którychby nie nęciłyby świerze, dojrzałe owoce. Wnosićby ztąd należało, iż spożywanie mięsa jest przeciwne naturze człowieka, która raczej popycha go do spożywania produktów świata roślinnego. Zabijanie zwierząt wznieca w człowieku złe instynkty i czyni go mniej wrażliwym na cierpienia bliźniego. Ztąd też w Anglji rzeźników wyłączono od udziału w sądach przysięgłych. Religia katolicka, buddaizm, mahometanizm zalecają wstrzymywanie się od bezpotrzebnego mordowania zwierząt, a jednocześnie przestrzegają przed niewstrzemięźliwością w użyciu pokarmów mięsnych, ustanawiając posty, podczas których pokarmy roślinne zajmują miejsce. W pokarmach roślinnych organizm człowieka znajduje potrzebny mu materyał w formie dziewiczej, obfitość zaś węglowodanów (krochmal, cukier) daje mu zupełną możność do należytego podtrzymywania swych sił. Słynący ze swej siły i rozwinięcia fizycznego robotnicy w portach tureckich spożywają wyłącznie potrawy roślinne (ryż, kukurudza, daktyle); robotnik irlandzki nie jest niższym od angielskiego, historya zaś uczy, że gladyatorowie i atleci nie gardzili strawą roślinną. Natomiast samojedzi i finnowie, używający przeważnie strawy mięsnej, są rasą zwyrodniałą. Jarstwo sprzyja nietylko rozwojowi sił cielesnych, ale i duchowych. Potrawy mięsne wyrabiają pewną gwałtowność charakteru, podniecają ujemnie wyobraźnię itd. Przeciwnie, potrawy roślinne dają świeżość myślom, spokój i usposabiają do łagodności. Nawet względy ekonomiczne przemawiają za użyciem pokarmów roślinnych. Za cenę funta mięsa można z łatwością nabyć taką ilość pokarmów roślinnych, którą wystarczyłaby na nakarmienie dwóch ludzi.

Prelegent, znany przedstawiciel homeopatji, zwolennik wegetarjanizmu, jägerjanizmu i, jeśli się nie mylimy, spirytyzmu, nie ograniczył się na popularnem opowiedzeniu, czem jest wegetaryanizm, lecz w imię propagandy danej metody dyetetycznej nie ustrzegł się od zboczeń i wycieczek polemicznych, które odbierały pogadance cechę odczytu popularnego, przeznaczonego dla mas. Po za tem w odczycie nagromadzono zbyt wiele dowodów jednostronnych, obok których już nie anti-wegetaryanista, lecz każdy przyrodnik lub lekarz mógłby postawić równoznaczne dowody przeciw bronionej tezie. Nie ulega

wątpliwości, że dyeta roślinna ma wiele stron dodatnich, i że medycyna dzisiejsza coraz częściej zaleca ją na równi z mięsną, ale wszelkie krańcowości dobre są jako reakcya, nigdy zaś jako metoda.

O zachowaniu się mleka krowiego względem prątków cholery. (*W. Hesse Zeit. f. Hyg. u. Inf.* — *Refer. Dr. Buszka w Przegl. lek.*)

Autor streszcza wyniki swych badań w sposób następujący: świeże surowe mleko krowie, nietylko nie jest pożywką dla grzybów cholery, ale przeciwnie zabija je. Rozpoczyna się to z chwilą, kiedy grzybki cholery dostają się do mleka, kończy się zaś prawie bez wyjątku w ciepłocie pokojowej w przeciągu 12 godzin, w ciepłocie hodowlanej w ciągu 6—8 godzin. Przytem obojętne jest, jakiego wieku są hodowle cholery dodane do mleka, w jakich pożywkach je wyhodowano i czy z grzybkami dostało się także trochę pożywki do mleka.

Ginienie nie zależy od stopnia kwaśności mleka ani od ilości zarodników w niem zawartych, ani też od wytworów ich przemiany, tylko jest objawem żywotnym mleka, gasnącym natychmiast po ogrzaniu go do 100° C. Również mleko ogrzewane zapomocą prądu pary przez czas dłuższy, przez trzy i więcej godzin nie pozwoli w sobie utrzymać się przy życiu grzybkom cholery.

Przyczyną tego może być wzmagająca się kwaśność mleka, w miarę im dłużej działa prąd pary. Przez krótki czas, do $1^1/_2$ godziny, mleko wystawione na działanie prądu pary, staje się przemijająco dobrą pożywką dla prątka cholery.

Przeciwne działanie po kilku dniach, należy tłómaczyć sobie w ten sposób, że mleko pod wpływem mnożenia się grzybków cholery, kwaśnieje aż do ścięcia się sernika. W każdym razie, może także kwaśne i ścięte mleko, jeszcze przez tygodnie zawierać prątki cholery zdolne do rozwijania się.

Prątki choleryczne zmieniają wybitnie w mleku poczynającem kwaśnieć i w kwaśnem swój kształt.

Wobec powyższych okoliczności, należy zwracać uwagę na mleko jawiące się w handlu tembardziej, że mleko krowie zachowuje się całkiem podobnie względem prątka durowego, jak cholerycznego: mianowicie mleko surowe, zdolne tylko przemijająco stawać się przenośnikiem grzybków cholery, ale nigdy służyć im za pożywkę, będzie można uważać za niepodejrzane, przeciwnie mleko przegotowane. Mleko wyjałowione w małych ilościach oka-

zuje się także jako niepodejrzane, jeżeli się je przechowuje w miejscach chłodnych i nie wlewa się doń resztek mleka, głównie zaś wobec tego, że się je rychło spożywa i szczelnie flaszeczki zatyka.

Okólnik c. k. Namiestnictwa do wszystkich PP. Starostów i PP. Prezydentów miast Lwowa i Krakowa. Doszło do wiadomości c. k. Namiestnictwa, że niektórzy handlarze materyałów i droguiści nie przestrzegają należycie przepisów zawartych w rozporządzeniach ministeryalnych z 17. września 1883 i 17. czerwca 1886 i w wielu kierunkach przekraczają zakres służących im uprawnień przemysłowych. Zdarzają się mianowicie wypadki, że droguiści z całym rozmysłem dla wprowadzenia publiczności w błąd, urządzają swe sklepy tak, że są one z pozoru do aptek podobne, a używając napisów sklepowych: „skład materyałów aptecznych“ słowo „apteka“ oznaczają wielkiemi, reszta zaś napisu mniej znacznemi literami.

Następstwem tego jest, że te drogueryje przeistaczają się w pokątne apteki, w których potajemnie i bez wszelkiej kontroli wydawane bywają leki nawet na podstawie recept lekarskich sporządzone.

Ponieważ takie stosunki nie tylko narażają byt wielu aptek, ale nadto sprzeciwiają się zasadom organizacyi służby zdrowia, c. k. Namiestnictwo widzi się spowodowanem, zalecić Panom pilne czuwanie nad dokładnem wykonywaniem odnośnych rozporządzeń i zwrócić uwagę w szczególności na następujące okoliczności.

1) Wprawdzie według § 15. punkt 14. noweli do ustawy przemysłowej z 15. marca 1883 koncesya na handel materyałów i drogueryą uprawnia do sporządzania materyałów i przetworów przeznaczonych do użytku leczniczego tudzież do ich sprzedaży o ile obie te czynności nie zostały zastrzeżone wyłącznie dla aptek, jednak wydanem na zasadzie § 54. ustawy przemysłowej rozporządzeniem ministeryalnem z dnia 17. września 1883 uprawnienie handlarzy materyałów w stosunku do aptekarzy zostało w ten sposób rozgraniczone, że handlarzom materyałów i droguistom nie wolno sporządzać i sprzedawać leków według przepisu lekarskiego że im nie wolno sprzedawać farmaceutycznych i chemicznych preparatów, ani materyałów aptecznych (droguen) służących wyłącznie do użytku leczniczego, że jednakowoż ograniczenia wyrażone w tych ostatnich dwu paragrafach mają zastosowanie jedynie co do drobnej sprzedaży.

2) Sama koncesya na handel materyałów i drogueryą nie

uprawnia jeszcze do sprzedaży artykułów leczniczych wymienionych w § 3. rozp. ministr. z 17. czerwca 1886 lecz potrzeba na to osobnego zezwolenia, które w myśl § 5. tego rozporządzenia tylko po dokładnem zbadaniu stosunków miejscowych, w razie rzeczywistej potrzeby handlom materyałów i drogueryom, względnie handlom towarów mieszanych z wyraźnem wymienieniem tych artykułów udzielone być może.

Przed udzieleniem takiego zezwolenia należy w każdym wypadku zasięgnąć zdania lekarza powiatowego tak co do stosunków miejscowych, jak i co do kwalifikacyi petenta.

3) Według § 34. noweli do ustawy przemysłowej z 15 marca 1883 handlarze materyałów i droguiści, jak inni przemysłowcy, mają prawo i obowiązek oznaczenia swego przemysłu na zewnątrz: oznaczenie to jednak musi dokładnie odpowiadać treści koncesyi.

Nie wolno im przeto na szyldach mienić się dyplowanymi aptekarzami, oznaczać na nich czerwony krzyż, ogłaszać składy materyałów aptecznych, lub środków leczniczych i t. p.

O ileby w tamtejszym powiecie działy się podobne nadużycia, należy właścicieli tych handlów do usunięcia niewłaściwych napisów i oznaczeń w sposób odpowiedni przynaglić.

Przekroczenia powyższych przepisów należy karać według § 6. rozp. minist. z 17. września 1883 (Dpp. Nr. 152) względnie według § 131. ustawy przemysłowej.

Otwarcie wydziału lekarskiego przy uniwersytecie w Odessie w zasadzie zyskało zatwierdzenie.

Błonica a ferye szkolne. Sprawozdanie miejskiej rady zdrowia w Bostonie, zawiera między innemi, graficzne przedstawienie nasilenia błonicy. Najmniej przypadków wydarza się podczas letnich feryi, najwięcej zaś po otwarciu szkół w połowie września. Sprawozdawca opierając się na uzyskanych cyfrach, upatruje związek między szkołą a rozszerzaniem błonicy.

Sekcya hygieny na Zjeździe lekarzy we Lwowie. W dalszym ciągu zapowiedzieli wykłady: Prof. Bujwid. O potrzebie urządzenia zakładu do szczepień leczniczo-ochronnych wścieklizny; Ważny a dotąd należycie nieuwzględniony brak w oświetleniu sztucznem przy pracy wieczornej. Doświadczenia nad cholerą w Królestwie polskiem: Ocena hygienicznych własności wody i wykazanie użyteczności różnych filtrów; Uprzątywanie odchodów z uwzględnieniem

czystości wód bieżących. Dr. Polak z Warszawy: O mieszkaniach dla robotników i o łaźniach ludowych z zastósowaniem do naszych potrzeb. Praktyka zapobiegania chorobom zaraźliwym. Walery Włodzimirski, chemik sądowy ze Lwowa: Praktyczne uwagi nad ustawą o fałszowaniu pokarmów i napojów w celu wykazania w jaki sposób należałoby najodpowiedniej przeprowadzić kontrolę aby skutecznie zapobiegać nadużyciom; Porównanie masła prawdziwego a sztucznem, oleomargaryną i innymi surogatami a to pod względem pochodzenia, wyrabiania, składu chemicznego, własności fizycznych i wartości pożywczej.

Z Krynicy. Od maja b. r. zdrojowiskiem zawiaduje bezpośrednio Namiestnictwo galicyjskie. Na uporządkowanie i rozwinięcie zakładu przeznaczono 180.000 złr. Nowością w tym roku, jest otwarcie nowego źródła pod imieniem zdroju Karola, z którego wodę wpuszczano dotychczas w łożysko potoku. Badania jednak wykazały że jestto szczawa, cenna jako napój, odznaczająca się bezwonnością, przeźroczystością, smaku kwaskowego, a badana w różnych porach i w rozmaitej ciepłocie atmosfery, okazuje nie więcej nad $+8^0$ C. Wydatność zdroju wynosi 1000 litrów na godzinę.

Przytułek dla rzemieślników schorzałych i zniedołężniałych, powstanie z pomocą szczodrej ofiarności w Warszawie. Przemysłowcy pragną zabezpieczyć starość tym, którzy w okresie zdrowia i sił przyczynili się do ich powodzenia materyalnego. Warszawa liczy $5^1/_2$ tysięcy majstrów, około 32.000 czeladników i niespełna 60.000 terminatorów, ogółem około 97.000 ludzi obsługujących warsztaty rzemieślnicze. Tak pokaźna liczba musi mieścić, znaczny procent takich, którzy już swe siły stargali zupełnie w pracy. Utrzymanie ich więc wraz z wzniesieniem budynku pochłonie znaczne sumy. W Petersburgu tego rodzaju zakład, utrzymywany wyłącznie przez rzemieślników mieści 300 inwalidów, z budżetem przeszło 30.000 rs. rocznie, czyli 100 rs. na głowę.

Hygiena wobec zboczeń mowy. Dr. Ołtuszewski, autor prac z zakresu psychofizyologii mowy, a streszczonych w N-rze 6 Przewodnika, pomieścił obecnie w „Zdrowiu“ artykuł dotyczący fizyologii mowy i zapobiegania zboczeniom takowej. Jako prawidła hygieny domowej, podaje następujące: 1) wpływ momentu dziedzicznego osłabiać zapomocą środków wzmacniających i rozwijających

ciało, gdyż zwiększając odporność organizmu, zmniejszamy siłę najważniejszej przyczyny usposabiającej, a tem samem dwu najważniejszych momentów wywołujących: zarazy psychicznej i przestrachu; 2) w trzecim okresie mowy t. j. od 2—5 roku, nie pozwalać dzieciom naraz dużo i pospiesznie mówić i przeciwnie do dzieci z mową leniwą należy dużo mówić, aby pobudzić ich ośrodki ruchome mowy; 3) baczyć na prawidłowy rozwój mowy u dzieci, a więc unikać złego wzoru mowy, jak mowy niewyraźnej, pieszczotliwej, gdyż dziecko naśladuje zarówno dobrą jak i złą mowę; 4) zwracać uwagę na ważność zarazy psychicznej, nie pozwalać więc dzieciom stykać się z jąkającymi się a w rodzinie gdzie jedno z dzieci podlega tej wadzie, natychmiast poddawać leczeniu.

Na wzrost jąkających się w szkołach, wpływa kilka przyczyn. Przedewszystkiem zauważyć należy, że większa część dzieci przybywa do szkoły z niewykształconą jeszcze mową. Dzieci trwożliwe, nawet bez żadnego usposobienia do tej wady, wobec bojaźni i nowego zupełnie otoczenia, jeżeli mówią pospiesznie łatwo nabywają jąkania, a cóż dopiero mówić o dzieciach mających do tego usposobienie. Drugą ważną przyczynę stanowi zaraza psychiczna i karygodne naśladownictwo z rozmysłem. Ostatnim wreszcie momentem jest przypadające właśnie natenczas drugie ząbkowanie, dojrzewanie płciowe i zbyteczna praca umysłowa.

Prawidła hygieny szkolnej są następujące: 1) dzieci powinny nauczyć się najpierw dobrze mówić i rozumieć mowę, a dopiero później czytać. Przy czytaniu winna być zwrócona baczna uwaga na świadome następowanie po sobie głosek i sylab, przyczem stósownie do zasad fizyologii, samogłoski winny być silniej akcentowane niż spółgłoski. Nauczyciel w szkole powinien sam przedstawiać dobry wzór mowy, mówić wyraźnie i powoli; 2) należy pilnie przestrzegać, aby nie naśladowano jąkających się. Najwłaściwiej byłoby dzieci z tą wadą wcale nie posyłać do szkół, a te, które zaczynają się jąkać, zaraz poddawać leczeniu; 3) nie przeciążać dzieci zbytnią pracą umysłową; 4) rozwijać narządy oddychania i głosu, zapomocą gimnastyki, deklamacyi i t. p.

Korespondencya Redakcyi.

Z. Owszem, jest w polskim języku a mianowicie „Podręcznik leczniczy“ dr. Polaka i „Pielęgnowanie chorych“ dr. Sterlinga. Wydane w Warszawie.

Przyjacielowi. Szczegóły bardzo zajmujące, ale nie wchodzące w zakres naszego pisma.

Dr. B. S. Pytaniem zadanem nam przez Sz. K. zajmował się między innemi zeszłoroczny kongres dla gruźlicy w Paryżu. Petit zwrócił uwagę na długotrwałą żywotność laseczników gruźliczych w ziemi, że więc ta może być snadnie pośredniczą w przenoszeniu choroby. Na dowód przytoczył doświadczenia Lorteta i Despeignesa, którzy wydzieliną gruźliczych i takimiż kawałkami płuc, wypełnili doniczki i zakopali w ziemię wraz z dżdżownicami. Odkopane po miesiącu glisty, zawierały liczne prątki gruźlicze, które przeszczepione na świnki morskie, miały okazać zupełną żywotność. Stąd wniosek: zwierzęta gruźlicze spalać lub zakopywać w doły wapienne; zwłoki osób zmarłych na gruźlicę spalać, lub zagrzebywać w wapnie.

OD ADMINISTRACYI.

Wykaz prenumeraty od 26 kwietnia do końca Czerwca 1894 roku.

PP. Prof. Dr. Obaliński Alf., Kraków.
Prof. Dr. Zoll Fryderyk, Kraków
Łatkiewiczowa, Kraków.
Jurczykiewicz Adam, Kraków.
Zieliński Bolesław, Kraków.
Bałaban Jakób, Kraków.
Dawidowski Aleksander, Kraków.
Dr. Weigel Ferdynand, Kraków.
Dr. Lewicki Anatol, Kraków.
Jasiński, Kraków.
Thieberg, Kraków.
Wartalska Izabela, Kraków.
Dr. Gwiazdomorski Jan, Kraków.
Prof. Kreutz, Kraków.
Grinfeld Julia, Kraków.
Dr. Kaden Kazimierz, Kraków.
Wyrobek Józef, Kraków.
Tomkiewicz Stanisław, Kraków.
Mąsiorski Franciszek, Kraków.
Dr. Rosenblatt, Kraków.
Dr. Surzycki, Kraków.
Dr. Kwaśnicki August, Kraków.
Hr. Tarnowski Stan., Kraków.
Pawlikowski Tadeusz, Kraków.
Wańkowicz, Kraków.
Kaden Gustaw, Kraków.
Dr. Langie Kazimierz, Kraków.
Armółowicz Feliks, Kraków.
Klein Wiktor, Kraków.
Wechsler Maurycy, Kraków.
Grudziński Stefan, Kraków.
Kastory Władysław, Kraków.
Dr. Filimowski, Kraków.
Tilles Emanuel, Kraków.
Bober Józef, Kraków.
Pieniążek Karol, Kraków.

Ks. Sutor August, Kraków.
PP. Pogonowska Joanna, Kraków.
Dr. Lustgarten, Kraków.
Jachimski Antoni, Kraków.
Ks. Spiss Józef, Kraków.
Horowitz Leon, Kraków.
Spiss Stanisław, Kraków.
Szwarc Emil, Kraków.
Zajdzikowski Teodor, Kraków.
Gałek Leon, Kraków.
Dr. Staniszewski Walenty, Kraków.
Dr. Styczeń Wawrzyniec, Kraków.
Szymusik Franciszek, Lwów.
Wiediger Ksawery, Jasło.
Jelling Ludwik, Izdebnik.
Wyrobek Józef, Kraków.
Buciewicz Julian, Mikulince.
Dr. Załeski Karol, Sanok.
Dr. Lorentski Andrzej, Radomyśl.
Broniewska Aleksandra, Radomyśl.
Ks. Kluka, Jeleśnia.
Zarząd szkoły w Zabierzowie.
Szczyrski Władysław, Lozówka.
Ks. Rozdzielski, Sokal.
Ks. Punon San, Tarnówcu.
Marek Dymitr, Biała.
Ks. Pawlikowski Walenty, Jaworno.
Dr. Morawski, Gwoździec.
Boumowa Walerja, Brzeźnica.
Grudzińska Olga, Mikulince.

Ogłoszenia.

Według metody Prof. Dra Soxletha

STERYLIZOWANE MLEKO

dla niemowląt i chorych dorosłych

poleca i dostarcza

Mleczarnia E. Dobrzyńskiej

W KRAKOWIE

przy ulicy Sławkowskiej L. 21.

PIWO SŁODOWE

wyrobu

Konstantego Wiszniewskiego

aptekarza w Krakowie

polecone przez Towarzystwo lekarskie krakowskie na wniosek Komisyi przemysłowej tegoż Towarzystwa, pismem z dnia 24 kwietnia 1889. L. 338.

Cena flaszki 36 centów.

Dr. Radecki
mieszka obecnie
Mikołajska 8.

Dr. Ludomił Korczyński
Asystent Kliniki chorób wewnętrznych w Uniw. Jagiell.
ordynuje od 10 czerwca
w Szczawnicy (Willa Attila).

APTEKA „POD GWIAZDĄ"
KONSTANTEGO WISZNIEWSKIEGO
w Krakowie
utrzymuje na składzie
Krowiankę Józefa Freysingera
poleconą przez Towarzystwo lekarskie
oraz Krowiankę z Zakładu szczepiennego w Wiedniu.

Dr. Władysław Hojnacki
ordynuje od 1 czerwca
jako lekarz zdrojowy
w Żegiestowie.

WODY MINERALNE

sztuczne

TAŃSZE OD NATURALNYCH o 50%

SPECYALNIE LECZNICZE

w konces. zakładzie fabrycznym

firmy

K. RZĄCA i CHMURSKI

W KRAKOWIE,

pod kontrolą komisyi przemysłowej Towarzystwa lekarskiego sporządzane, i przez Towarzystwo lekarskie Krakowskie polecone.

WODY MINERALNE SZTUCZNE:

Selterska, Bilińska, Vichy.

WODY SPECYALNE LECZNICZE:

Litowa, Żelazista (z pyrofosforanem żelazowym), **Jodowa Bromowa, Gorzka, Sodowa kwaśna.**

WODY GAZOWE:

jako codzienny napój w naszych miastach, gdzie wody studzienne bywają zanieczyszczone, i przez to zdrowiu szkodliwe:

Sodowa higijeniczna, Gieshüblerska sztuczna.

Do nabycia w Krakowie i na prowincyi, przeważnie w aptekach.

NA CZASIE!

NAKŁADEM

TOW. OPIEKI ZDROWIA

w Krakowie,

NA CZASIE!

wyszła z druku książka

pod tytułem

O PIELĘGNOWANIU ZDROWIA

dla użytku ludu wiejskiego

napisał

Dr. JÓZEF BARZYCKI

c. k. lekarz powiatowy.

Książka ta przez **Przegląd lekarski bardzo pochlebni, oceniona**, powinna obecnie w każdym znajdywać się domu podaje bowiem w formie przystępnej dla każdego przepisy, jak zdrowie pielęgnować i od chorób epidemicznych ochraniać należy.

Cena exemplarza 25 ct. Kupujący 20 exempl. na raz w biurze Towarzystwa opieki zdrowia (Kraków, Wiślna 5) płaci 4 złr., a za 100 exemplarzy 15 złr. — Dla Członków Tow. opieki zdrowia cena exemplarza 15 ct.

Równocześnie poleca się książeczkę:

O pielęgnowaniu i żywieniu dzieci

w 1-szym roku życia

napisaną przez Prof. Dr. M. L. Jakubowskiego.

Nakładem Tow. opieki zdrowia.

Gdzie dziecko w domu, tam ta książeczka być powinna.

Cena 10 ct., z przesyłką pocztową 12 ct.

W imieniu Tow. Opieki zdrowia.

Wydawca i odpowiedzialny Redaktor Prof. Dr. H. Jordan.

Czcionkami Drukarni A. Słomskiego i Sp. w Krakowie.